

A bouquet of vibrant red roses is the background of the slide. A semi-transparent pink oval is centered in the lower half, containing the Persian text "به نام خالق زیبایی ها" in a gold-colored calligraphic font. The bottom of the slide features a green and white wavy border.

به نام خالق زیبایی ها

# بررسی کیفیت زندگی و شیوع اضطراب در دانش آموزان دیرستانی شهر اقبالیه، سال 95

دکتر اسماعیل کلهر

استاد راهنما: آقای دکتر سعید آصف زاده

استاد مشاور: آقای دکتر محمد مهدی امام جمعه



# ضرورت و دلایل انتخاب موضوع

- از نظر روانپزشکی، اضطراب نوعی ناآرامی، احساس خطر و ترس ناخوشایند و منتشر است که منبع آن قابل شناسایی نبوده و با تغییرات جسمانی مانند تپش قلب، سردرد و تنگی نفس همراه است
- اضطراب می تواند با عوارض دیگری مانند کاهش عزت نفس، احساس بی کفایتی، افسردگی، درماندگی و ... نیز همراه باشد

# ضرورت و دلایل انتخاب موضوع

- طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی اختلالات عصبی روانی عامل ۳۳ درصد از سالهای عمر سپری شده با ناتوانی در نظر گرفته شده است.
- بر اساس آمار و ارقام منتشر شده شیوع اختلالات روانی در کشورهای در حال توسعه رو به افزایش است.
- پیش بینی شده که تا سال ۲۰۲۰، اختلالات خلقی دومین عامل ناتوانی در دنیا خواهد بود
- مطابق مطالعات همه گیر شناسی در ایران ، این میزان از ۱۱/۹ تا ۳۰,۲ درصد متغیر بوده است



# ضرورت و دلایل انتخاب موضوع

- بررسی ها نشان داده است که سطح بالای اضطراب روی سلامت و کیفیت زندگی تأثیرگذار است
- نوجوانان به دلیل بی تجربگی و نا آگاهی از مهارت های بازدارنده ، تسهیل کننده و اصلاحی، قرار گرفتن در دوره بحران گروه آسیب پذیرتری نسبت به سایر گروه ها می باشند.
- بررسی ها نشان داده است که کیفیت زندگی در مدرسه همبستگی مثبت معناداری با پیشرفت تحصیلی، سلامت جسمی، روانی ، خودکارآمدی و عواطف مثبت و همبستگی منفی معنادار با افسردگی و خلق منفی، اضطراب و عملکرد پایین تحصیلی دارد.

## هدف مطالعه

- بررسی کیفیت زندگی و شیوع اضطراب دردانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه، سال 95



# اهداف اختصاصی مطالعه

- ۱- تعیین شیوع اضطراب و کیفیت زندگی در دانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت .
- ۲- تعیین وضعیت نمایه توده بدن (BMI) در دانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت .
- ۳- تعیین وضعیت فعالیت بدنی دانش آموزان شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت .
- ۴- تعیین رابطه اضطراب با سطح تحصیلات والدین در دانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت .
- ۵- تعیین رابطه اضطراب با تعداد فرزندان خانواده در دانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت .
- ۶- تعیین همبستگی بین اضطراب و کیفیت زندگی دانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت .

# هدف کاربردی

- با تعیین ارتباط بین ابعاد کیفیت زندگی و اضطراب می توان برنامه ریزی
- موثری را در راستای ارتقاء سطح کیفیت زندگی و سلامت روان دانش آموزان انجام داد.



# سوالات پژوهش

- شیوع اضطراب و کیفیت زندگی در دانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت به چه میزان است؟
- شیوع نمایه توده بدن (BMI) در دانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت به چه اندازه است؟
- میزان فعالیت بدنی دانش آموزان شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت چه مقدار است ؟
- آیا بین اضطراب با سطح تحصیلات والدین در دانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت ارتباط وجود دارد ؟
- آیا بین اضطراب با تعداد فرزندان خانواده در دانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت ارتباط وجود دارد؟
- آیا بین اضطراب و کیفیت زندگی دانش آموزان دبیرستانی شهر اقبالیه به تفکیک جنسیت همبستگی وجود دارد؟

# نوع پژوهش

---

مقطعی (cross-sectional) واز نوع همبستگی



## روش نمونه گیری و حجم نمونه

- نمونه آماری شامل ۸۱۰ دانش آموز (۶۰۷ دانش آموز دختر و ۲۰۳ دانش آموز پسر) از بین دانش آموزان مقطع متوسطه شهر اقبالیه بود
- نمونه ها به صورت خوشه ای چند مرحله ای و به طور تصادفی انتخاب شدند.
- **معیارهای ورود به مطالعه:** ایرانی و ساکن شهر اقبالیه، ۱۴ تا ۱۹ ساله، دانش آموز پایه اول، دوم و سوم دبیرستان و رضایت جهت شرکت در مطالعه بود.
- **معیارهای خروج از مطالعه:** سابقه هرگونه بیماری طبی عمده یا مزمن، بیماری صعب العلاج و اختلال شناخته شده روانی و تجربه حادثه استرس زای شدید طی ۶ ماه گذشته بود.

# ابزار گردآوری اطلاعات

- پرسشنامه اطلاعات فردی

- World Health Organizational Quality Of Life

-شامل ۳۶ سوال در دو بعد اصلی جسمی و روانی می باشد که هشت قلمرو مرتبط با سلامت را مورد سنجش قرار می دهد

- این پرسشنامه متشکل از هشت بخش می باشد که شامل عملکرد جسمی (۱۰ آیتم)، درد بدنی (۲ آیتم)، عملکرد اجتماعی (۲ آیتم)، سلامت روان (۵ آیتم)، سلامت عمومی (۶ آیتم)، نیروی حیاتی یا توان (۴ آیتم)، محدودیت جسمانی یا مشکلات جسمانی ( ۴ آیتم) و محدودیت نقش روانی یا مشکلات روانی (۳ آیتم) بوده است.

-میانگین نمره هر فرد در هر بعد به صورت کلی بیان می شود که حداقل آن صفر و حداکثر آن ۱۰۰ می باشد



# سیستم نمره دهی RANDA

امتیاز اختصاص یافته	گزینه انتخابی	شماره سوالات
۱۰۰	۱ -	۳۶ و ۳۴ و ۳۲ و ۳۰ و ۲ و ۱
۷۵	۲ -	
۵۰	۳ -	
۲۵	۴ -	
۰	۵ -	
۰	۱ -	۱۲ و ۱۱ و ۱۰ و ۹ و ۸ و ۷ و ۶ و ۵ و ۴ و ۳
۵۰	۲ -	
۱۰۰	۳ -	
۰	۱ -	۱۹ و ۱۸ و ۱۷ و ۱۶ و ۱۵ و ۱۴ و ۱۳
۱۰۰	۲ -	
۱۰۰	۱ -	۳۰ و ۲۷ و ۲۶ و ۲۳ و ۲۱
۸۰	۲ -	
۶۰	۳ -	
۴۰	۴ -	
۲۰	۵ -	
۰	۶ -	
۰	۱ -	۳۱ و ۲۹ و ۲۸ و ۲۵ و ۲۴
۲۰	۲ -	
۴۰	۳ -	
۶۰	۴ -	
۸۰	۵ -	
۱۰۰	۶ -	
۰	۱ -	۲۵ و ۲۳ و ۲۲
۲۵	۲ -	
۵۰	۳ -	
۷۵	۴ -	
۱۰۰	۵ -	

# پرسشنامه کیفیت زندگی

شماره سئوالات هر آیتم	تعداد ایتم ها (سئوالات)	ابعاد کیفیت زندگی
۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳	۱۰	عملکرد جسمانی
۱۶ ۱۵ ۱۴ ۱۳	۴	محدودیت نقش جسمانی
۱۹ ۱۸ ۱۷	۳	محدودیت نقش روانی
۲۲ ۲۱	۲	درد بدنی سلامت
۳۰ ۲۸ ۲۶ ۲۵ ۲۴	۵	سلامت روانی
۳۱ ۲۹ ۲۷ ۲۳	۴	نیروی حیاتی (انرژی)
۳۲ ۳۰	۲	عملکرد اجتماعی



## پرسشنامه استاندارد اضطراب مزمن (پنهان یا صفتی) اشیلبرگر

- شامل ۲۰ گویه به سبک پرسشنامه های لیکرت و با مقیاس پاسخ دهی ۴ امتیازی که دارای نمره حداقل ۲۰ و حداکثر ۸۰ می باشد.
- تفسیر و طبقه بندی پرسشنامه به این صورت است که نمره گذاری سوالات مثبت (۱۱ سوال) به صورت خیلی کم (۴)، کم (۳)، زیاد (۲)، خیلی زیاد (۱)، انجام گردیده است.
- اما سوالات منفی ( ۹ سوال ۱ و ۳ و ۶ و ۷ و ۱۰ و ۱۳ و ۱۴ و ۱۶ و ۱۹) به صورت معکوس نمره گذاری شدند. یعنی: خیلی کم (۱)، کم (۲)، زیاد (۳)، خیلی زیاد (۴).
- بنابراین نمرات حاصل از پرسشنامه بین ۲۰ تا ۸۰ بود که به صورت کیفی رتبه بندی گردید.

# یافته ها

جدول (1) توزیع فراوانی دانش آموزان به تفکیک جنس

جنسیت	فراوانی	درصد فراوانی
پسر	203	25/1
دختر	607	74/9
کل	810	100

بیشترین تعداد دانش آموزان تحت بررسی متعلق به دختران با فراوانی 74/9٪ است. (به دلیل ریزش گروه پسران در حین مطالعه)



## جدول (۲) توزیع فراوانی دانش آموزان بر حسب جنسیت و وضعیت نمایه توده بدن (BMI)

جنسیت		Z score		پسر		دختر		کل	
درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی
زیر ۳- Z score	لاغری شدید	۱	۰.۵	۱	۰.۲	۲	۰.۲	۲	۰.۲
۲- Z score و ۳- Z	لاغر	۲۴	۱۱/۸	۲۲	۳/۶	۴۶	۵/۷	۴۶	۵/۷
۱ Z score و ۲ Z	خطر اضافه وزن	۱۴	۶/۹	۶۴	۱۰/۵	۷۸	۱۱/۴	۷۸	۱۱/۴
۲ Z score و ۳ Z	اضافه وزن	۵	۲/۵	۱۶	۲/۵	۲۱	۳/۰	۲۱	۳/۰
۳ Z score	چاق	۰	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۰
۱ Z score و ۲ Z	چاق	۱۵۹	۷۸/۳	۵۰۳	۷۸/۳	۶۶۲	۸۶/۶	۶۶۲	۸۶/۶
۳ Z score	چاق	۳۰۳	۱۰۰	۶۰۷	۱۰۰	۹۱۰	۱۰۰	۹۱۰	۱۰۰

مطالعه مقدسی و همکاران

مطالعه جلالی و همکاران

• شایع ترین وضعیت توده بدن در دانش آموزان پسر و دختر مربوط به وضعیت طبیعی به ترتیب به میزان ۷۸/۳٪ و ۸۶/۶٪ است.

## جدول (۳) توزیع فراوانی دانش آموزان بر حسب جنس و میزان فعالیت بدنی

جنسیت	میزان فعالیت بدنی روزانه		پسر	دختر	کل
	فراوانی	درصد			
زیر ۳۰ دقیقه	۶۴	۳۱/۵	۲۹۵	۱۶	۳۱۱
۳۰ دقیقه تا ۱ ساعت	۵۴	۲۶/۶	۷۸	۲۷	۱۰۵
یک تا دو ساعت	۴۰	۱۹/۷	۱۰	۱۹۷	۲۰۷
بیش از ۲ ساعت	۲۴	۱۱/۸	۱۰۰	۶۰۷	۷۰۷
اصلاً ورزش نمی‌کنم	۲۱	۱۰/۴			
۱۲	۲۰۳	۱۰۰			

در پژوهش مقیاسی مقدم و همکاران

مطالعه رابرت در آمریکا

فعالیت بدنی در دانش آموزان پسر و دختر مربوط به فعالیت کمتر از ۳۰ دقیقه به ترتیب به ۱۰٪ و ۴۸/۶٪ بود.



## جدول (۴) توزیع فراوانی دانش آموزان بر حسب جنس و تحصیلات مادر

کل		دختر		پسر		جنسیت میزان تحصیلات مادر
درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	
۸۷/۸	۷۱۱	۸۹/۱	۵۴۱	۸۳/۷	۱۷۰	زیر دیپلم
۸/۶	۷۰	۸/۴	۵۱	۹/۴	۱۹	دیپلم
۲/۵	۲۰	۱/۸	۱۱	۴/۴	۹	فوق دیپلم
۱	۸	۰.۵	۳	۲/۵	۵	لیسانس
۰.۱	۱	۰.۲	۱	۰	۰	فوق لیسانس و بالاتر
۱۰۰	۸۱۰	۱۰۰	۶۰۷	۱۰۰	۲۰۳	کل

### نتایج نشان داد:

بیشترین میزان تحصیلات مادران در دانش آموزان پسر و دختر مربوط به سواد زیر دیپلم با فراوانی به ترتیب ۸۳/۷٪ و ۸۹/۱٪ بود.

## جدول (۵) توزیع فراوانی دانش آموزان بر حسب جنس و تحصیلات پدر

کل		دختر		پسر		جنسیت
						میزان تحصیلات پدر
درصد	فرلوانی	درصد	فرلوانی	درصد	فرلوانی	
۸۴/۷	۶۸۶	۸۴/۲	۵۱۱	۸۶/۲	۱۷۵	زیر دیپلم
۱۰/۹	۸۸	۱۱/۲	۶۸	۹/۸	۲۰	دیپلم
۱/۶	۱۳	۱/۶	۱۰	۱/۵	۳	فوق دیپلم
۲/۲	۱۸	۲/۵	۱۵	۱/۵	۳	لیسانس
۰.۶	۵	۰.۵	۳	۱	۲	فوق لیسانس و بالاتر
۱۰۰	۸۱۰	۱۰۰	۶۰۷	۱۰۰	۲۰۳	کل

نتایج نشان داد:

- بیشترین میزان تحصیلات پدران در دانش آموزان پسر و دختر مربوط به سواد زیر دیپلم با فراوانی به ترتیب ۸۶/۲٪ و ۸۴/۲٪ بود.



## جدول (۶) توزیع فراوانی دانش آموزان بر حسب جنس و تعداد فرزندان خانواده

جدول (۶) توزیع فراوانی دانش آموزان بر حسب جنس و تعداد فرزندان خانواده

کل		دختر		پسر		جنسیت / تعداد فرزندان
درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	
3/3	27	2/6	16	5/4	11	تک فرزند
71/23	577	71/2	432	71/4	145	2-4 فرزند
25/5	206	26/2	159	23/2	47	بیشتر از 4 فرزند
100	810	100	607	100	203	کل

نتایج نشان داد که:

- بیشترین میزان تعداد فرزندان خانواده در دانش آموزان پسر و دختر مربوط به 2-4 فرزند با فراوانی به ترتیب 71/4٪ و 71/2٪ بود.

# جدول (۷) توزیع فراوانی دانش آموزان بر حسب میزان اضطراب و جنسیت

جدول (۷) توزیع فراوانی دانش آموزان بر حسب میزان اضطراب و جنسیت

جنسیت	میزان اضطراب	
	پسر	دختر
میزان اضطراب	فراوانی	کل
	د	کل
خفیف	43	
کم	68	
متوسط	71	
نسبتاً شدید	18	
شدید	3	
کل	203	

در پژوهش

نتایج مطالعه نشان داد که:

- بیشترین شیوع اضطراب در دانش آموزان پسر مربوط به اضطراب متوسط به میزان 35٪ بود.
- بیشترین شیوع اضطراب در دانش آموزان دختر مربوط به اضطراب کم به میزان 39/2٪ بود.



# جدول (۸) توزیع فراوانی دانش آموزان بر حسب ابعاد کیفیت زندگی و جنسیت

جنسیت	پسر	دختر	کل
کیفیت زندگی			
ابعاد کیفیت زندگی	فراوانی و انحراف معیار	فراوانی و انحراف معیار	فراوانی و انحراف معیار
عملکرد جسمانی	۸۹/۷۲±۲۰/۶۷	۸۹/۷۸±۱۳/۵۵	۸۹/۰۱±۱۵/۶۰
محدودیت نقش جسمانی	۷۱/۳۱±۲۸/۶۴	۷۴/۷۱±۲۸/۳۱	۷۳/۸۶±۲۸/۳۶
محدودیت نقش روانی	۶۹/۶۷±۳۳/۸۲	۶۲/۰۰±۳۷/۵۵	۶۳/۱۷±۳۶/۶۸
درده بدنی سلامت	۷۷/۹۹±۲۲/۸۴	۷۷/۸۸±۲۱/۴۵	۷۷/۹۱±۲۱/۸۰
نیروی حیاتی (انرژی)	۶۶/۰۶±۲۰/۴۶	۶۳/۳۰±۲۱/۸۷	۶۳/۹۹±۲۱/۵۴
سلامت روانی	۶۸/۳۲±۲۰/۳۸	۶۸/۶۸±۲۰/۶۶	۶۸/۵۹±۲۰/۵۵
عملکرد اجتماعی	۶۹/۰۳±۲۴/۱۳	۷۵/۷۴±۲۲/۳۱	۷۴/۰۵±۲۲/۹۴
سلامت عمومی	۷۴/۶۶±۱۸/۶۴	۷۶/۸۶±۱۷/۹۹	۷۶/۳۰±۱۸/۱۷

نتایج نشان داد که در دانش آموزان پسر بیشترین میانگین ابعاد کیفیت زندگی به ترتیب مرتبط با :

- عملکرد جسمانی، درده بدنی سلامت، سلامت عمومی، محدودیت نقش جسمانی، عملکرد اجتماعی، سلامت روانی، محدودیت نقش روانی، انرژی

دانش آموزان دختر بیشترین میانگین ابعاد کیفیت زندگی به ترتیب مرتبط با :

- انرژی، درده بدنی سلامت، سلامت عمومی، عملکرد اجتماعی، محدودیت نقش جسمانی، سلامت روانی، انرژی، نقش روانی

نشان داد که در کل دانش آموزان بیشترین میانگین ابعاد کیفیت زندگی به ترتیب مرتبط با :

- عملکرد جسمانی، درده بدنی سلامت، سلامت عمومی، عملکرد اجتماعی، محدودیت نقش جسمانی، سلامت روانی، انرژی، محدودیت نقش روانی

مطالعه

## جدول (۹) بررسی ارتباط وضعیت دموگرافیک دانش آموزان پسر و دختر با وضعیت اضطراب

کل دانش آموزان	دانش آموزان دختر	دانش آموزان پسر	
P-Value=۰٫۷/۰	P-Value=۰٫۲/۰ R=-۰٫۹۳/۰	P-Value=۲۲/۰	تحصیلات پدر
P-Value=۰٫۸/۰ R=-۰٫۹/۰	P-Value=۰٫۱/۰ R=-۱۰/۰	P-Value=۲۷/۰	تحصیلات مادر
P-Value=۰٫۴/۰ R=۰٫۷/۰	P-Value=۰٫۹/۰ R=۱۰/۰	P-Value=۶۱/۰	بعد خانوار



# جدول (۱۰) بررسی ارتباط ابعاد کیفیت زندگی دانش آموزان دختر و پسر با وضعیت اضطراب

جدول (10) بررسی ارتباط ابعاد کیفیت زندگی دانش آموزان دختر و پسر با وضعیت اضطراب

کل دانش آموزان		دانش آموزان دختر		دانش آموزان پسر		شیوع اضطراب
						ابعاد کیفیت زندگی
r	P-Value	r	P-Value	r	P-Value	
r=-0/32	P-Value=0/001	r=-0/26	P-Value=0/001	r=-0/31	P-Value=0/001	عملکرد جسمانی
r=-0/30	P-Value=0/001	r=-0/27	P-Value=0/001	r=-0/41	P-Value=0/001	عملکرد اجتماعی
r=-0/34	P-Value=0/001	r=-0/33	P-Value=0/001	r=-0/38	P-Value=0/001	عملکرد تحصیلی
r=-0/37	P-Value=0/001	r=-0/35	P-Value=0/001	r=-0/44	P-Value=0/001	عملکرد هیجانی
r=-0/66	P-Value=0/001	r=-0/69	P-Value=0/001	r=-0/59	P-Value=0/001	عملکرد شناختی
r=-0/69	P-Value=0/001	r=-0/70	P-Value=0/001	r=-0/65	P-Value=0/001	عملکرد رفتاری
r=-0/51	P-Value=0/001	r=-0/53	P-Value=0/001	r=-0/49	P-Value=0/001	عملکرد عاطفی
r=-0/51	P-Value=0/001	r=-0/53	P-Value=0/001	r=-0/51	P-Value=0/001	عملکرد کلی

مطالعه

# نتیجه گیری و پیشنهادات

---

- با توجه به ارتباط معکوس بین دو متغیر اضطراب و کیفیت زندگی
- انجام مداخلات آموزشی در راستای کاهش اضطراب و افزایش کیفیت زندگی در دانش آموزان



سربلند و سلامت باشید

